

# NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir



## Amavir abre una nueva residencia en Ciudad Real, la sexta de la compañía en Castilla-La Mancha

La alcaldesa visitó el centro para conocer sus instalaciones y a sus primeros usuarios.

El pasado 1 de marzo abrió sus puertas la nueva residencia para personas mayores Amavir Ciudad Real, ubicada en la calle Tetuán 1 de esta capital castellano-manchega. La residencia dispone de 158 plazas repartidas en 113 habitaciones (68 individuales y 45 dobles). Es la segunda residencia de Amavir en esta provincia (junto a la que gestiona en Tomelloso), la sexta en Castilla-La Mancha y la número 43 en el conjunto de España. Pocos días después de la apertura, la alcaldesa de Ciudad Real, Eva María Masías, realizó una visita para conocer a los primeros usuarios y recorrer las instalaciones. La residencia se estructura en planta baja y cuatro plantas y está dividida en unidades de convivencia independientes, cada una con su propia sala de estar y comedor. Es una residencia urbana, ubicada en el centro de la ciudad, y dispone de terrazas en cada planta y de una gran terraza en la azotea para disfrute de residentes y familiares. Va a dar empleo a un centenar de personas.



### A punto de terminar las obras de Amavir Santa Cruz de Tenerife

Este año está prevista también la apertura de la residencia Amavir Santa Cruz de Tenerife, de 104 plazas, cuyas obras de construcción se encuentran ya en su última fase. Será el segundo centro de Amavir en la isla de Tenerife y la cuarta residencia en las Islas Canarias.



### Otros proyectos en construcción

Además del centro de Santa Cruz de Tenerife, en estos momentos están en obra otras residencias, que se irán abriendo paulatinamente en los próximos años: Amavir Ciudadcampo, Amavir Vicálvaro y Amavir La Florida (Madrid), Amavir Albacete, Amavir Jaén, Amavir Oviedo, Amavir Córdoba y Amavir Granada.

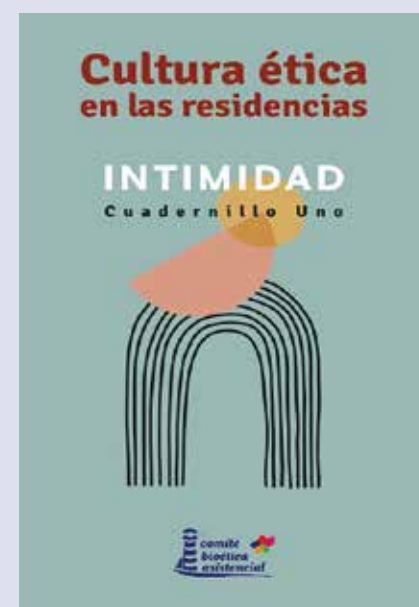
# El Comité de Bioética de Amavir lanza una colección de cuadernillos para difundir la cultura ética en las residencias

El primer cuadernillo, sobre la intimidad en la tercera edad, ya está disponible en nuestra web.

El Comité de Bioética de Amavir ha lanzado su proyecto “Cultura ética en las residencias”, con el que pretende fomentar la cultura ética entre los profesionales de la compañía. Este proyecto incluye la publicación periódica de cuadernillos didácticos sobre aspectos relacionados con la bioética y la atención a las personas mayores. El primero de ellos, que está ya disponible en nuestra web, se centra en la intimidad en la tercera edad. Los próximos, que se irán publicando en los próximos meses, versan sobre edadismo, infantilización y paternalismo, y acompañamiento en el final de la vida. En todos los cuadernillos se incluye una introducción teórica y ética, un marco legal y una serie de recomendaciones prácticas para que puedan ser puestas en marcha en las residencias.

## ¿Qué es el Comité de Bioética de Amavir?

Este comité, creado en 2019, está formado por un equipo de personas de diferentes disciplinas cuya misión es promover, fomentar, difundir e impregnar la cultura ética de la atención en los centros de Amavir, mejorando así la calidad asistencial que se presta a sus usuarios. Cualquier usuario, familiar o profesional puede dirigir sus consultas al comité a través del formulario habilitado en nuestra página web ([www.amavir.es](http://www.amavir.es)).

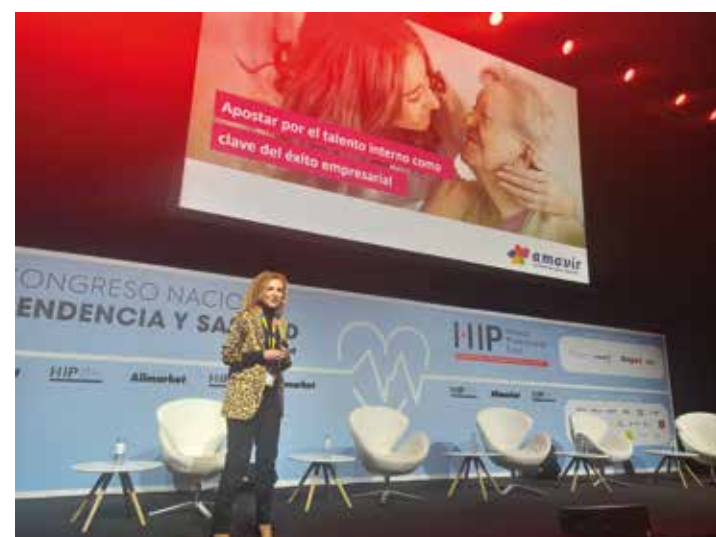


## Elsa Punset, invitada a la V Jornada de Amavir en Madrid dirigida a profesionales sociosanitarios

Elsa Punset, una de las mayores expertas a nivel internacional en inteligencia emocional, será la invitada en la quinta edición de las jornadas Amavir en Madrid dirigidas a profesionales sociosanitarios, que tendrá lugar el próximo 31 de mayo en el Hospital Clínico San Carlos. El tema de esta jornada será “Relacionarnos con el sufrimiento y ser felices” y se contará también con la presencia del psicólogo clínico Juan Pedro Arzibu.

## Amavir presenta su Plan de Sucesión Interna en el Congreso Nacional de la Dependencia

La directora de Recursos Humanos de Amavir, Marián Bautista, fue una de las invitadas al IV Congreso “Dependencia y Sanidad”, celebrado en IFEMA (Madrid), en el que impartió la ponencia “Apostar por el talento interno como clave para el éxito empresarial”. Bautista incidió en la importancia de apostar por el desarrollo y promoción de las plantillas, poniendo como ejemplo el Plan de Sucesión para la Detección del Talento Interno de Amavir.





Centro con plazas concertadas con  
  
 Comunidad de Madrid

## ACTUALIDAD

# Amavir Valdebernardo celebra el Carnaval

## Los residentes confeccionaron sus propios disfraces.

En el mes de febrero celebramos el Carnaval en nuestro centro con una fiesta de disfraces. Algo novedoso de esta celebración fue que los disfraces que lucieron los residentes los habían confeccionado ellos mismos. Entre las temáticas de las confecciones estaban diversos animales, desde vacas a pingüinos, abejas y terminando con trajes tradicionales. No faltaron los payasos y uno de los disfraces más novedosos y originales fueron nuestras estaciones de metro que ellos mismos recortaron y pintaron. El mérito de estos Carnavales ha sido su gran trabajo y, como muestra de ello, quisimos lucirlos haciendo un gran desfile en nues-



Disfraces de Carnaval de 2023.

tro salón de usos múltiples, al que acudieron todos los compañeros de las diferentes plantas para disfrutar la ocasión. Con música y animación todos disfrutaron del día con gran ilusión, recibiendo el cariño de los

compañeros que los acogían con aplausos al verlos desfilar. Como colofón de tal merecida ocasión, disfrutamos de una limonada casera y de un aperitivo que puso el broche final a una bonita mañana festivalera.

# Una sesión con Tango y Miren

## Incorporamos la terapia asistida con animales.

Hemos incorporado sesiones de terapia asistida con animales en nuestro centro y hemos iniciado una intervención que incorpora a un perrito llamado Tango. Lo realizamos con nuestros residentes de módulo y de 1ª planta y tenemos como objetivo mejorar las funciones físicas, cognitivas, emocionales y sociales. La terapia con animales para las alteraciones conductuales y estados del ánimo ha demostrado su efectividad por los beneficios que aportan. Este tipo de ejercicios mejora el sentido de grupo y el trabajo en equipo, aumenta la autoestima y el sentido de la responsabilidad, disminu-



Nuestros mayores en la sesión de terapia con Tango y Miren.

ye la ansiedad y alivia el estrés, se reduce el sentimiento de soledad, permite expresar mejor el afecto y los sentimientos, permite superar los miedos y mejora el estado físico debido a que nos hace estar más activos.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Terapia ocupacional

Terapia manipulativa, estimulación cognitiva, estimulación sensorial, entrenamiento de ABVDs, habilidades domésticas (AIVDs), taller de reminiscencias, deporte terapéutico y taller de cinefórum.

#### Animación sociocultural

Terapia musical, estimulación sensorial, vida activa, actividad artística, gerontogimnasia, bingo, orientación a la realidad, prensa, ocio y tiempo libre, cine, escuela de adultos, juegos de habilidad mental, taller de costura, deporte terapéutico, arreglo personal, entre tú y yo, paseos, fiestas de cumpleaños, actividades extraordinarias y otros festejos.

#### Fisioterapia

Mantenimiento funcional, bipedestación y reeducación de la marcha, termoterapia, control de la marcha, cinesiterapia activa y pasiva, control postural y tratamientos de pacientes agudos.

#### Psicología

Estimulación cognitiva para deterioro leve, moderado y severo, estimulación sensorial, programa de actividades cotidianas e intervenciones individuales.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Mayo

Especial San Isidro: taller de cocina y documental.  
Aniversario Amavir Valdebernardo.  
Conferencia "Museo Lope de Vega".  
Fiesta de cumpleaños.

#### Junio

Día Mundial del Medioambiente.  
Campamento urbano.  
Fiesta de cumpleaños.

### SERVICIOS

#### Podología

Miércoles de 10:00 a 14:00 h.

#### Peluquería

Viernes de 10:00 a 19:30 h.

#### Misa

Domingos a las 11:00 h.



**HOY COMEMOS** Petra Las Heras Moreno

## Torreznos de Soria

### INGREDIENTES

Panceta, aceite de oliva y sal. Para el adobo: aceite, ajo y pimentón dulce.

### PREPARACIÓN

Primero hay que adobar la panceta con ajo, pimentón dulce y aceite. Se deja mínimo un día y después se deja secar la panceta. Se corta en tiras a lo largo y se fríen en aceite bien caliente, vigilando que no se quemen, hasta que la corteza esté bien dorada. Se seca en papel absorbente para quitar el resto de aceite y se espolvorean con sal.



## CUMPLEAÑOS



### Mayo

01/05 Gregoria Armas  
02/05 Felipa Piñeiro  
03/05 Vicenta Isasi  
03/05 María Concepción Pérez  
09/05 Angustias González  
13/05 Isabel Barjola  
15/05 Juliana Aliagas  
15/05 Isidra Peña  
16/05 María Cruz Martín  
16/05 Baltasar Martínez  
17/05 Dolores Morales  
17/05 Gregoria Rivera  
23/05 María Rosario Bravo  
27/05 María Paz Delgado  
29/05 María Margarita Ardavin  
31/05 Marcelina Martín

### Junio

02/06 Leonor Rivera  
05/06 Juan Manuel Sánchez  
07/06 Aurelia Salazar  
08/06 Azucena Ardavin  
10/06 Antonia Hueros  
12/06 María Julia Ferrer  
13/06 Encarnación Olmos  
16/06 José María López  
16/06 Asunción San Julián  
20/06 Fernando Marcos  
20/06 M.<sup>a</sup> Gloria Vila  
21/06 Feliciano Contreras  
25/06 Ángeles Martín  
25/06 M.<sup>a</sup> Luz Sánchez  
26/06 Carmen Villa  
27/06 Fernando Pérez  
29/06 Purificación Usano  
30/06 Julia Salvador

**SECRETOS DE MI TIERRA** Natividad Fernández

# La capital de Fuentes



Vista panorámica de Badajoz, donde se ubica Fuentes de León.

Soy de un pueblo de la provincia de Badajoz que linda con Huelva, se llama Fuentes de León y tenemos de todo: hay grandes campos de encinas, olivos, muchos huertos y muchos campos de siembra. En mi pueblo se encuentran las cuevas de las Fuentes de León, que es un monumento natural, el Castillo del Cuerno que está en lo alto de un cerro, tenemos plaza de toros y el cine teatro San Vicente. En Fuentes siempre estamos celebrando muchas festividades, pero las más importantes son las del Corpus Christi, el día de la Ascensión, la feria de agosto y Nuestra Señora de los Ángeles que son en ve-

rano, se hacen capeas y todo el pueblo sale a la calle a divertirse, a comer embutido y tapas. También celebramos San Pedro y San Onofre, el patrón del pueblo. Pero a mí las que más me gustan son las del Corpus Christi. En estas fiestas, está el “día del tambor”, en el que todo el pueblo sale a esperar al tamborilero, se reparten juguetes a los niños y aguardiente a los mayores, y comienzan las danzas al son del tambor y la flauta. El jueves es el día grande, se celebra una eucaristía y hay una procesión que sale desde la parroquia y es muy bonita y, al final, otra vez los danzantes danzan ante el santísimo.

## AYER Y HOY



### Antes

Julia Ferrer Palasí nació en Zaragoza y se trasladó a Madrid, a Paseo de Rosales, donde vivió en una familia muy acomodada. Estudió con las monjas, luego en Suiza y, posteriormente inicio la carrera de arquitectura, pero decidió hacerse diseñadora de interiores. Se casó y tuvo 3 hijos, se dedicó a su familia y a labores sociales vinculadas a la iglesia. Es muy aficionada a esquiar, al golf y al bridge. Ahora vive en esta residencia y se encuentra muy a gusto.



### Después

## CARTA DE LA DIRECTORA

Alba García



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Damos paso al buen tiempo y con ello a la deseada primavera. Estamos decorando nuestros jardines para poder realizar actividades al aire libre, hemos creado pequeños espacios de mini huertos urbanos que hemos plantado junto a los residentes, esperando ver los resultados. Hemos comenzado con nuestra terapia asistida con animales con el galgo Tango y su dueña Miren. Estamos muy contentos de poder recibir todos los meses sus visitas que tanto ayudan y alegran a nuestros residentes, desde el Departamento de Terapia ocupacional les pueden informar, ya que son ellos quienes se están encargando de la actividad. En el mes de enero tuvo lugar una jornada para residentes y familiares, el tema elegido fue “Mi voluntad más allá de mi vida” en la que se resolvieron dudas sobre los testamentos y poderes de representación. Les iremos informando de próximas sesiones informativas que realizaremos desde el centro. Recientemente se ha incorporado al centro, Sandra, coordinadora de auxiliares, que se encontraba en su baja de maternidad, a quien muchos ya conocéis, quien regresa con muchas ganas e ilusión para ayudaros en todo lo que necesitéis. Como siempre, podéis contar conmigo para todo aquello que necesitéis, estaré encantada de recibirlos.

## COSAS DE CASA

# Un San Valentín muy especial

## Celebramos el 14 de febrero en familia.

El día 14 de febrero se celebra San Valentín, día del amor y la amistad. Y en Amavir Valdebernardo lo celebramos de una de las mejores maneras que existe, comiendo en familia. Nuestros residentes se pusieron manos a la obra y compartieron con nuestro equipo una de las recetas mejor guardadas de generación en generación, la receta del bizcocho de yogur de limón. Todos nos pusimos manos a la obra, gorros, guantes y mandiles fueron nuestras mejores galas de esa mañana. Unos batíamos huevos, otros vaciábamos yogures, después la harina, la levadura, el aceite y el azúcar, solo faltaba mezclarlo bien y echarlo en el molde. Con



Nuestros mayores preparando todo para celebrar San Valentín.

toda nuestra ilusión lo pusimos en el horno, esperamos el tiempo correcto y la magia hizo que toda la residencia ese día tuviera

un olor especial, que invitaba a reír, cantar y charlar en una merienda única. ¡Sois unos grandes cocineros!

## QUIÉN ES QUIÉN

# Aleksandra Magdalena Makurat, auxiliar

“Hay que vivir la vida”.

**Edad:** 28 años.

**En Amavir desde:** 2017.

**Lo mejor de Amavir:** Sus residentes.

**Virtud:** La empatía.

**Defecto:** La timidez.

**Aficiones:** La música.

**Libro:** La saga Harry Potter.

**Película:** Antes de ti.

**Grupo de música:** RBD.

**Comida favorita:** La sopa de pollo.



## RECUERDOS

# Zapatos por amor

Un día cualquiera, cuando tenía 24 años, fui al zapatero, ya que tenía unos zapatos a los que les hacía falta un arreglo. Al entrar, me di cuenta de que el zapatero era nuevo, pero a primera vista no me llamó la atención. Según pasaban los meses y yo iba de vez en cuando a arreglar alguna zapatilla, nos fuimos conociendo y él comenzaba a entregarme los zapatos en mi casa. Poco a poco, nos fuimos enamorando y, sin quererlo ni beberlo, a los 4 años sin saber cómo estábamos los dos plantados encima de un altar. Tuvimos una hija y un hijo y fuimos muy felices.

# La consejera de Política Social de Madrid visita Amavir para conocer sus programas de terapias con animales

Concepción Dancausa estuvo en nuestra residencia Amavir Ciudad Lineal durante el transcurso de una de estas sesiones.

La consejera de Familia, Juventud y Política Social de la Comunidad de Madrid, Concepción Dancausa, visitó hace unas semanas nuestra residencia de mayores Amavir Ciudad Lineal para conocer de primera mano las terapias con animales que se llevan a cabo en este y otros centros de Amavir. En este caso, las terapias se desarrollan en colaboración con la asociación MaeveNiall. Está demostrado que la compañía de los animales reporta numerosos beneficios a las personas mayores. Les anima a pasear, activando sus funciones físicas, y disminuye su nivel de estrés, lo que facilita las relaciones sociales. Además, supone un estímulo mental, al evocar recuerdos de anteriores mascotas, y aumenta su interés por comunicarse con el exterior, una situación que genera un incremento de su atención y motivación de manera espontánea. La mayoría de las mascotas utilizadas en estas sesiones son perros y gatos con características y adiestramiento específicos para convertirse en co-terapeutas.



# La directora general de Amavir, invitada a un acto institucional con motivo del Día de la Mujer

El evento se celebró en la Cámara de Comercio de Madrid y contó con la presencia del alcalde de la capital.

La directora general de Amavir, Lourdes Rivera, participó como ponente en el foro “Empresarias que inspiran: mirada al futuro desde el liderazgo”, organizado el pasado 8 de marzo por la Cámara de Comercio, Industria y Servicios de Madrid, en colaboración con el Ayuntamiento de Madrid, con motivo del Día Internacional de la Mujer. El acto estuvo presidido por el alcalde de la capital, José Luis Martínez-Almeida. Por otro lado, y coincidiendo también con el Día Internacional de la Mujer, Amavir se ha unido un año más a la Fundación Adecco para la conmemoración de esta fecha. Este año, la entidad pone de manifiesto la vulnerabilidad de la mujer en el empleo: el 30% de las mujeres en edad laboral se encuentran en riesgo de exclusión, según datos del INE.





# Así somos los trabajadores y trabajadoras de Amavir

Radiografía de las 4.372 personas que conforman la plantilla de la compañía en 2022.

En Amavir contamos con un equipo humano formado por **4.372 profesionales cualificados con una clara vocación de servicio a los mayores**, capaces de conjugar el cumplimiento de un sistema integral de

alta calidad asistencial con el cariño, la atención y el respeto hacia las personas, buscando que los residentes y sus familiares se sientan siempre como en su propia casa.

## Plantilla total

**4.372**

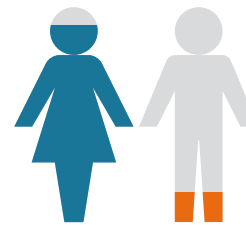
profesionales

(un 5% más que el año anterior)



## Por sexo

**87%**  
mujeres



**13%**  
hombres

## Por nacionalidad

Espanoles ..... **84,6%**

Extranjeros (de un total de 52 países) ..... **15,4%**



## Por rango de edad

< 26 años ..... **7,9%**

Entre 26 y 35 años ..... **18,4%**

Entre 36 y 45 años ..... **23,5%**

Entre 46 y 49 años ..... **11,7%**

Entre 50 y 54 años ..... **13,7%**

Entre 55 y 60 años ..... **16,0%**

> 61 años ..... **8,7%**



## Distribución de la plantilla por lugar de trabajo

C. de Madrid ..... **55,5%**

Navarra ..... **15,0%**

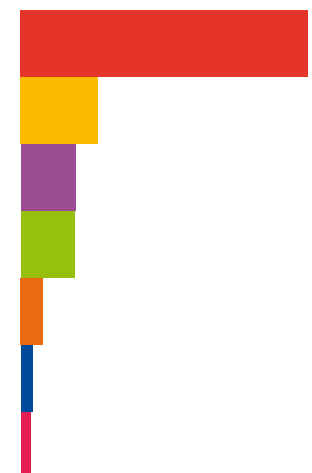
Castilla-La Mancha ..... **10,6%**

Cataluña ..... **10,4%**

Canarias ..... **4,3%**

Castilla y León ..... **2,3%**

Murcia ..... **1,9%**

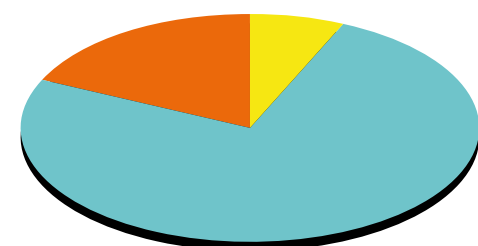


## Por categoría profesional

Administración ..... **6,9%**

Asistencial ..... **75,2%**

Hostelero ..... **17,9%**



## Plantilla con alguna discapacidad

**2,41%**



## Formación a la plantilla

**34.002 horas** (un 11,5% más que el año anterior)